



Säsong 2019

Pojkar 06



Truppen



5 tränare och 25 pojkar



Tränarstaben

Martin Pettersson
assisterande tränare



Christian Markl
assisterande tränare

Leonardo Rosado
huvudtränare
leonrosado@gmail.com
073 679 5671



assisterande tränare
Magnus Breding



assisterande tränare
Björn Nilsson



Anders Rydbacken
lagets administratör

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
17:00 : 18:30		18:15 : 20:00		17:00 : 18:30

Till slutet av Mars




Träningschema

Jan - Feb	Mars	Mars-Juni	28-30 Juni	1-4 Aug
Futsal 2 lag	FairPlay 1 lag lätt 1 lag mellan	Kompisligan 2 lag lätt	Skadevi	Eskilscupen 1/2 lag Helsinborg
Lördag : Söndag	Lördag : Söndag	Lördag : Söndag	3 dagar	3 dagar

Inför höst säsong



Matchersschema

Om det finns intresse 

Tävlingskategori - Fair Playserien Pojkar 2006(13 år)

Uppgifter Tävlingar Anmälda lag Matcher

Lunden Överås BK Vit (Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Lätt Grupp D) Visa endast lagets matcher i tävlingen

Status Spelprogramet preliminärt

▶ Visa listan i utskriftsvänligt format

Tävling	MatchNr.	Omg	Hemmalag	Bortalag	Datum / tid	Resultat	Anläggning	Anl.nr.	Plannt.	Karta
Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Lätt Grupp D	060965005	2	Lunden Överås BK Vit	Älvsborg FF Blå	2019-03-09 10:00		Överåsvallen 11 Konstgräs	06010	11	
Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Lätt Grupp D	060965009	3	Lunden Överås BK Vit	Hermansby IF	2019-03-17 11:15		Gamlestadsvallen 21 Konstgräs	06027	21	
Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Lätt Grupp D	060965011	4	Solängens BK Vit	Lunden Överås BK Vit	2019-03-23 17:15		Bifrostplan	06251	1	
Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Lätt Grupp D	060965015	5	Lunden Överås BK Vit	Hjuviks AIK	2019-03-31 10:00		Härlanda 21	06068	21	

Tävlingskategori - Fair Playserien Pojkar 2006(13 år)

Uppgifter Tävlingar Anmälda lag Matcher

Lunden Överås BK Svart (Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Medel Grupp C) Visa endast lagets matcher i tävlingen

Status Spelprogramet preliminärt

▶ Visa listan i utskriftsvänligt format

Tävling	MatchNr.	Omg	Hemmalag	Bortalag	Datum / tid	Resultat	Anläggning	Anl.nr.	Plannt.	Karta
Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Medel Grupp C	060960003	1	Lunden Överås BK Svart	Hisingsbacka FC	2019-03-10 10:00		Överåsvallen 11 Konstgräs	06010	11	Google Bing Hitta.se
Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Medel Grupp C	060960006	2	Hovås Billdal IF 1	Lunden Överås BK Svart	2019-03-17 18:45		Hovås Billdal Arena 11 Konstgräs	06088	11	Google Bing Hitta.se
Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Medel Grupp C	060960008	3	Västra Frölunda IF Röd	Lunden Överås BK Svart	2019-03-24 11:30		Välens Nya konstgräs 51	06016	51	Google Bing Hitta.se
Fair Playserien Pojkar 2006(13 år) Medel Grupp C	060960010	4	Lunden Överås BK Svart	Kode IF	2019-03-30 10:00		Härlanda 11	06068	11	Google Bing Hitta.se



FairPlay-serien

<https://www.skadecup.se>

VÄLKOMNA TILL SKADEVI CUP I 28 - 30: E JUNI I SKÖVDE!

Skadevi Cup lockar kring 300 lag varje år. Vi spelar 7-, 9- och 11-mannafotboll på planer i och runt om Skövde. I de enkäter vi har gjort är svaren tydliga: God mat, perfekta planer, bra domare och fin service. Omdömen som vi är stolta över och ger oss inspiration för att ytterligare förbättra vår cup. 12-årsklasserna spelas 2019 enligt SvFF:s bestämmelser utan tabeller och slutspel, med minst fem matcher under fredag-söndag.

28-30 Juni



1-4 Aug




<https://www.eskilscupen.nu>

Anmälan till Eskilscupen 2019 är öppen!


Välkommen till Eskilscupen, en av Sveriges största fotbollsturneringar som går av stapeln i fotbollsstaden Helsingborg. Varje år deltar cirka 13 000 spelare fördelat på 700 lag i turneringen som har spelats sedan 1968. Eskilscupen är en mötesplats för ungdomar och ledare som söker glädje, gemenskap, fair play och framförallt en turnering av högsta klass. Eskilscupen 2019 spelas 1-4 augusti.




Cupen detaljer


Om det finns intresse 


Förutsättningar


 **Storlek planyta**
65-72 x 50-55 m.
Straffområde: 24 x 9 m

 **Storlek mål**
5-7,32 x 2 - 2,44 m.

 **Storlek boll -13 år**
4.
Storlek boll -14 år
5.

 **Speltid**
3 x 25 minuter.

 **Antal spelare**
8 utespelare och 1 målvakt
per lag på planen.

 **Byten**
Fria byten.

 **Utrustning spelare**
Tröja, byxor, strumpor,
skor och benskydd.

Rekommendationer

13 år
65 x 50 m.
14 år
72 x 55 m.

6 x 2,2 m.
Om rekommenderad målstorlek inte
finns används målstorlekarna;
5 x 2 m för 13 år och 7,32 x 2,44 för 14-år.

Boll av god kvalitet.

Lika speltid för alla.

4 avbytare per lag.

Byten i paus.

Enhetliga matchkläder.

Offside

Spelare som befinner sig närmare motståndarnas mållinje än både bollen och den näst sista motspelaren när bollen spelas befinner sig i **offside** position. Detta gäller endast spelare på offensiv planhalva som är aktiva i spelet.



Regler



Inspark:

Bollen måste ligga stilla på valfri plats i straffområdet. Bollen är i spel när den är utanför straffområdet. Motståndarna måste befinna sig minst 9 m från bollen.

Avstånd straffspark 9 m

Om rekommenderad målstorlek inte finns slås straff från:

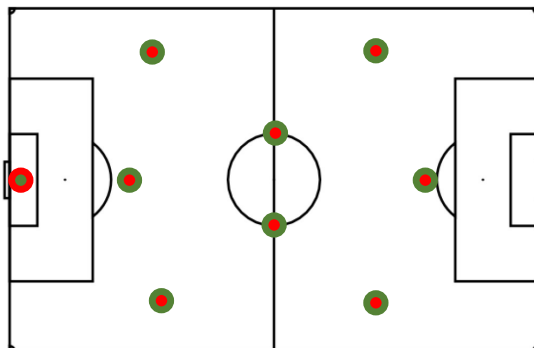
- 7 m vid målstorlek 5 x 2 m för 13 år.
- 11 m vid målstorlek 7,32 x 2,44 för 14-år.



9 mot 9

Spelformer

Passningspel
Tiki-Taka
2 mittfältsspelare
Snabba yttrar



3-4-1

Spelsystem



Saker vi jobbar mycket på



Spelarutbildningsmatris

Version
180701

Hjälp att
Logga in



Förklaring Användning	Teknik	Anfallsspel	Försvarsspel	Spelsystem Spelformer Översikt planer
Nivå 3 Träna för att lära - Anfallsspel/ Medspelare i lagdelen	Passning – Halvvrist/chip Skott – Hel- och halvvolley Mottagning – Luften	Grundf – Spelbredd Passningsspel – Spelvändning Speluppbyggnad – Spelvändning i backlinjen	Individuell Press – Rättvänd Individuell Press – Felvänd	9 mot 9: 4-1-3 Så spelar vi Allmänt Anfallsspel Försvarsspel Workshop - Klipp
	Bryta/Tackla/Motlägg Nick – Upphopp	Grundf – Speldjup Avslut – Skott Avslut – Friläge Passningsspel – Rättvänd/Felvänd	Grundf – Markering Grundf – Press & Understöd Markeringsförsvar man-man	11 mot 11: 4-3-3 Så spelar vi Allmänt Anfallsspel Försvarsspel Workshop - Klipp
		2 mot 1 – Överlappning Anfallsvapen – Instick Passningsspel – Trianglar Speluppbyggnad – Korta uppspel	Grundf – Press & Täckning Markeringsförsvar – Kombinationsmarkering	
	12-15 år		Skapa yta – U- och V-löpning Anfallsvapen – Inlägg Passningsspel – Värdera Fasta Situationer – Kort hörna, Inkast	Farliga ytor Fördröja
Nivå 3 Träna för att lära - Anfallsspel/ Medspelare i lagdelen	Fotbollsfys 3a Fotbollsfys 3b Workshop Fotbollsfys 2 Förstärkt ADR MAQ Kost & Återhämtning	Halvvrist och skruvad passning Boxteknik	Spelvändning Speluppbyggnad	Workshop 9 mot 9 - Teori & Praktik Workshop Ungdomsfutsal – Teori & Praktik Workshop Fotbollsfys 2 - Teori & Praktik SvFF: B Ungdom SvFF: Målvakt B Workshop 11 mot 11 - Teori & Praktik
		Sidvolleyutspark	Agerande vid vinkelskott	
			Fasta situationer – Frispark Positionering – Anfall Djupledspassningar/Friläge	
			Agerande vid Inlägg Inspark	
12-15 år				U-Futsal: 1-3-1 Anfallsspel Försvarsspel Workshop - Klipp

https://d01.fogis.se/svenskfotboll.se/ImageVault/Images/id_177026/scope_0/ImageVaultHandler.aspx190214102756-uq



Nivå 3 12-15 år

Spelarutbildning

Måndag

Löpning ca 2 100 meter innan träning – tidtagning

Onsdag

Styrketräning under träning – gruppen delas upp



Fysträning försäsong 2019

Ni föräldrar följer utvecklingen och kan pusha och berömma framgångar



Laget.se


Uttagning till match – huvudtränare tar ut lagen senast torsdag kväll

☑ Mina anmälningar Stäng

Träning Lunden ÖBK P-06	18 feb, 17:00 ✓	
Träning Lunden ÖBK P-06	18 feb, 17:00 ✓	Vicente Garção Rosado
Föräldramöte - pa... Lunden ÖBK P-06	20 feb, 18:30 ✓	Vicente Garção Rosado

Träning
P-06

Datum: 18 februari
Tid: 17:00-18:30
Plats: ÖveråsvalLEN (Göteborg)
Anmälningsstopp: 18 feb, 13:00
Kommentar:
P06 träning utomhus - vi börjar med löpning - ta med löparskor
- meddela närvaro och eventuell frånvaro

 Kommer ▾

OBS! ta med löparskor Ok
[Redigera svar](#)

Översikt Lista

Anmälda deltagare

Meddela ALLTID närvaro och eventuell frånvaro i god tid

Uppdatera mobilnummer och e-post adress



Gemensam skjuts

Vi samlas ALLTID på Överåsvallen och samåker till bortamatcherna

Vi behöver fler som ställer upp både med bil men även att heja på under matchen

Syfte med en lagkassa

Summa?



Lagkassa

Alternativ 1 = sälja produkter

Alternativ 2 = köpa sig fri